**JAK WSPIERAĆ I MOTYWOWAĆ DZIECKO**

**DO SYSTEMATYCZNEGO UCZENIA SIĘ POZA SZKOŁĄ**

1. Ustalcie wspólnie z dzieckiem porę dnia, ramy czasowe i godziny na naukę.
2. Stwórzcie z dzieckiem listę zadań do zrobienia w danym dniu.
3. Chwalcie dziecko – skorzystajcie ze stwierdzeń motywacyjnych.
4. **B**ądźcie konsekwentni i trzymajcie się zasad opracowanych wspólnie z dzieckiem.

 Dzieci tak naprawdę potrzebują granic do poczucia bezpieczeństwa!

**Może się zdarzyć, że Wasze dziecko nie będzie z własnej inicjatywy wprowadzało w życie wspólnie wypracowanych reguł. To Państwo powinniście je do tego motywować i towarzyszyć mu przez jakiś czas w utrwalaniu tych zasad. Warto jest położyć nacisk na konieczność dokonania zmian w tym wspólnym przedsięwzięciu („dobrze by było gdybyśmy ustalili...” „musimy jeszcze zastanowić się nad...”). Główny ciężar wdrożenia tych zasad spoczywa jednak zawsze na dziecku. W ten sposób pomaga się mu przyswoić sobie pewną dyscyplinę.**

**Pomagajcie, ale nie wyręczajcie.** Starajcie się nie wyręczać dziecka w samodzielnej nauce. To jest bardzo ważne. Kiedy prosi o pomoc, nie podawajcie mu gotowych rozwiązań, ale jedynie na nie naprowadźcie, udzielcie wskazówek, wyjaśnijcie wątpliwości. Zachęcajcie dziecko do samodzielności. Samodzielna nauka, rozwiązane zadanie może dostarczyć mu dużej satysfakcji, wzmacnia w nim również poczucie, że jest w stanie poradzić sobie z trudnościami. Jest to szczególnie ważne, ponieważ uczeń posiadający wiarę w swoje możliwości nie zraża się trudnościami, a zadania, które przed nim stoją traktuje nie jak przykre obowiązki, ale jak wyzwanie, któremu jest w stanie podołać. Im większy nacisk położycie na poczucie osobistej satysfakcji i dumy z dobrze wykonanej pracy, tym mniej Wasze dziecko będzie zależne od zewnętrznych bodźców takich jak oceny.

**JAK POMÓC DZIECKU UWIERZYĆ, ŻE MOŻE ODNIEŚĆ SUKCES W NAUCE**

**Podkreślajcie sukcesy, zamiast braków.**

* zapewnijcie dziecku pozytywne informacje zwrotne– chwalcie je za osiągnięcia, za to co zrobiło, pamiętajcie jednak by być konkretnym, chwalić za osiągnięcia wymagające wysiłku, wytrwałość i osobiste postępy (chwalcie uczynki, a nie samo dziecko),
* nie pozwólcie by dziecko uzależniło się od Waszych pochwał. Pomóżcie mu samodzielnie ocenić swoją pracę,
* bądźcie szczerzy, komunikujcie dziecku, że w nie wierzycie (“wiem, że to potrafisz”),
* przyznawajcie, że praca samodzielna może być trudna (unikaj stwierdzeń typu: “nie umiesz tego zrobić? Przecież to takie proste!”),
* pokazujcie pozytywne przykłady (“ja też miałam trudności z matematyką, ale moja wytrwałość i upór się opłaciły – zrozumiałam równania z dwoma niewidomymi”),
* **wystrzegajcie się podawania za przykład rodzeństwa lub kolegów– dopasowujcie swoje oczekiwania do każdego dziecka z osobna,**
* **zachęćcie dziecko, by podsumowało codzienną naukę słownie lub najlepiej na kartce: „Co już umiem”. Warto konkretnie określić czego się nauczyło oraz to, w czym już czuje się pewnie. Nawet jeśli są to małe rzeczy. Zwróćcie uwagę dokonując tygodniowego przeglądu, jak szybko kartka się zapełnia, o ile dziecko stało się kompetentne przez te kilka dni,**
* **powiedzcie dziecku, że tak naprawdę liczy się wysiłek włożony w pracę oraz to, czego się nauczy.**

**STARAJCIE SIĘ POKAZAĆ, ŻE CENICIE ZDOBYWANIE WIEDZY, STAWANIE SIĘ MĄDRYM**

* podkreślajcie znaczenie nauki jako celu, znaczenie nauki w życiu człowieka,
* podkreślajcie, że nauka jest ważniejsza niż oceny,
* pokazujcie praktyczne zastosowania zdobytych informacji,
* wzbudzajcie w dziecku zainteresowania wieloma dziedzinami życia,
* nie stawiajcie wymagań ponad możliwości dziecka,
* wytłumaczcie, że błędy są naturalną częścią procesu nauki, nie wyśmiewajcie niepowodzeń, ale wskażcie jak można uczyć się na błędach i niepowodzeniach,
* bądźcie wzorem pozytywnej postawy wobec własnych błędów,
* **nie pozwólcie, żeby ktokolwiek śmiał się z błędów innych.**

**CO WARTO MÓWIĆ DO DZIECKA**

**Kocham Ci**ę.

Dasz radę.

Wierzę Ci.

Jesteś ważny.

Bądź sobą.

Twoje zdanie jest ważne.

Możesz pytać, dobrze jest wiedzieć.

Mów do mnie, słucham Cię uważnie.

**Potrafisz, spr**óbuj jeszcze raz.

Spokojnie, wszyscy popełniamy błędy.

Każdy ma czasem ciężki dzień.

Możesz być z siebie dumny.

Zgadzam się z Tobą.

Uwielbiam z Tobą spędzać czas.

Masz super pomysły.

Jestem przy Tobie.